

広報

がんまき

2011 7

住民と ともに協働のまちづくり



自生栽培に成功した笹ゆり

特集

特定健診・特定保健指導を受けましょう..... 2

- 国保税の減免制度と更新手続き、助成制度 4
- 町民ひろば 5
- MOSAIC PLAZA 知る・募る・語る 6
- 元気講座 ●熱中症の予防について 10
- 元気ガイド 11
- 家庭の情報：消費生活相談 12
- ウマ～イ話、身に覚えのない請求にご用心
- 図書館通信 13
- 各種相談 14

No.472

特定健康診査・特定保健指導を受けましょう

四十歳から七十四歳の国民健康保険加入者及び後期高齢者医療保険加入者のかたに、健康診査のご案内を年に一回送付いたします。生活習慣を見直すきっかけとして健診を受けましょう。

町が実施する健康診査についてご紹介します。（詳細については、左のページをご覧ください。）

▽本年4月2日以降に上牧町国民健康保険の資格を取得されたかたで、

特定健康診査の受診を希望されるかたは、保険年金課までご連絡ください。（ただし、案内の送付は資格取得されてから約二か月かかりますので、ご了承ください。）

▽七十五歳以上のかた

高齢者健康診査を実施します。

※生活習慣病（心臓病・糖尿病・高血圧など）で治療中のかたは、改めて「健康診査」を受けていただく必要がない場合もありますので、主治医にご相談ください。

▽昭和11年5月1日から7月31日生

まれのかたの健康診査について

七十五歳の誕生日を迎えられますと、高齢者健康診査の対象に変わりますので、高齢者健康診査の受診券を送付いたします。（ただし、

受診券の交付に約二か月かかるため、誕生日の翌々月の送付となりますので、ご了承ください。）

▽健診結果について

健診結果については、町より結果を通知しますが、お手元に届くまでに、二か月ほどかかりますので、医療機関に受診後、健診結果の説明を受けて頂きますようお願いいたします。メタボリックシンドロームの該当者・予備群のかたには、保健指導のご案内を合わせて通知します。

四十から七十四歳のかたで今年度人間ドック医療機関で定期的に特定健康診査の検査項目を受けているかたは、その結果を保険年金課へご提供ください。

※ご注意

社会保険など、上牧町国民健康保険以外の保険証をお持ちのかたは、加入されている医療保険から案内通知が届く予定ですが、詳しく

くは、各医療保険者にお問い合わせください。

後期高齢者医療制度の

被保険者証が更新されます

8月1日からご使用いただく新しい被保険者証を7月下旬から簡易書留にて発送します。

現在お使いの被保険者証の有効期限は被保険者証の右上に記載されているように7月31日までとなっていますので8月1日以降に医療機関にかかるときは、必ず新しい被保険者証をご提示ください。

新しい被保険者証の有効期限は「平成24年7月31日」までです。

裏面には臓器提供の意思表示欄を設けましたので、ご活用ください。

有効期限の切れた被保険者証は、役場保険年金課へご返却いただくか、ハサミをいれるなどして処分してください。

上牧町が実施する特定健診の内容

対 象 者	40歳～74歳	75歳	76歳以上
	国保特定健診		高齢者健康診査
	昭和12年4月1日～昭和47年3月31日生まれの人	昭和11年4月1日～昭和12年3月31日生まれの人	昭和11年3月31日以前に生まれた人
健診期間	受診券が届いた日～平成23年11月30日	受診券に記載の日まで	受診券が届いた日～平成23年11月30日
内 容	身体測定・腹囲測定・検尿・血圧測定・診察・問診・※血液検査（血中脂質・血糖・肝機能・腎機能） （医師が必要と認めた場合、貧血・心電図・眼底検査を実施します） ※腹囲測定を行いますので、ボディスーツやガードル等、体を締める着衣はお控えください。	身体測定・検尿・血圧測定・診察・問診 ※血液検査（血中脂質・血糖・肝機能・腎機能） （医師が必要と認めた場合、貧血・心電図・眼底検査を実施します）	
受診方法	医療機関における個別健診か町が実施する集団健診のいずれか （詳細については別紙「集団健康診査の申し込み書」をご覧ください）		
持 ち 物	●特定健康診査受診券 ●国民健康保険証 ●質問票（ご自宅でご記入ください） ●健康手帳（お持ちであれば）		●健康診査受診券 ●後期高齢者医療の保険証 ●質問票（ご自宅でご記入ください） ●健康手帳（お持ちであれば）
料 金	500円		
健診場所	●町内医療機関で受診してください。 ●奈良県内の医療機関でも受診できますので、直接医療機関にお問い合わせの上、受診してください。 ●集団健診は、上牧町保健福祉センター（2000年会館）で実施します。		

※23年度から随時血糖、血清尿酸、eGFRについても測定することになりました。

特定健診・特定保健指導の流れ

76歳以上は高齢者健康診査です

1 受診券が届く 5月下旬に届きます。 受診券の有効期限にご注意ください

2 健診のお申し込み・お問い合わせ

集団健診を受けるには、事前の予約が必要です。
個別健診は直接、医療機関にお問い合わせください。

<健診期間>
受診券が届いた日～平成23年11月30日

3 40～74歳の人
特定健診の受診

受診当日は国保の保険証・受診券・質問票を持参してください。受付時に受診券と保険証を照合します。

※今年度75歳になる人
詳細は上記の表をご覧ください。

3 76歳以上の人
高齢者健康診査の受診

受診当日は後期高齢者医療の保険証と受診券・質問票を持参してください。

4 受診した医療機関で健診結果の説明を受ける

健診後、健診結果とメタボリックシンドロームの判定が通知されます。
健診受診者全員に生活習慣病予防など健康づくりについて情報提供されます。

健診結果から40～74歳の特定保健指導が必要な人に通知が届きます。

5 特定保健指導を受ける

健診の結果から対象者に保健指導が実施されます。生活習慣改善の必要性が高い人から順に、積極的支援・動機付け支援の対象となります。対象となった人は保険年金課または保健指導実施医療機関で生活習慣を見直すサポートを受けましょう。

6か月後、健康目標を達成してメタボリックシンドロームを撃退しましょう！

☆国保税の減免制度

町では、生活が著しく困難なかなどに国保税（国民健康保険税）の減免制度を設けています。

次のいずれかに該当するかたは、申請することにより国保税の一部が減免される場合があります。

なお、減免されるかたは、第一期分の納期までに申請してください。納期限が過ぎている部分の保険税は減免の対象外になります。

●減免の対象になる世帯

- 風水害、火災などの災害により資産に十分の三以上の損害を受けた世帯
- 会社倒産や解雇により、本人の意思に反して職を失い世帯全員の所得が皆無の世帯
- 六十五歳以上の被保険者がいる世帯で町民税が非課税世帯
- 次のいずれかがいる世帯で町民税非課税世帯
 - 一 身体障害者福祉法施行規則別表第五号の等級一・二級のかた
 - 二 奈良県から療育手帳の交付を受けその程度がA（A一かA二）のかた
 - 三 精神障害者保健福祉手帳一・二級のかた

● 町母子医療費助成条例の適用を受けている世帯で町民税非課税世帯

● 児童養護施設か乳幼児院に入所措置されている児童のいる世帯

● 精神保健福祉法や結核予防法により病院などに入院しているかた（そのかたが町民税非課税の場合に限ります）がいる世帯

● 原子爆弾被爆者の医療等に関する法律第二条に定める被爆者のかた（そのかたが町民税非課税の場合に限ります）がいる世帯

● 国民健康保険法第五十九条第一項第二号と第三項のいずれかに該当するかたがいる世帯（国民健康保険法第五十九条とは少年院や刑務所に収容されたときのことをいいます）
平成22年4月1日から制度開始の非自発的失業者に係る軽減が優先適用されます。

☆国保の高齢受給者証の更新について

現在お持ちの高齢受給者証（七十歳以上七十五歳未満）の有効期限が7月31日までとなっています。

今回、7月下旬に郵送により新しい『国民健康保険高齢受給者証』を交付しますので、古い受給者証は8月1日以降使用できませんのでご自身で処分願います。後期高齢者医療

制度の被保険者は除く。

●高齢受給者証が適用されるのは？

七十歳の誕生日を迎えた月の翌月1日からになります。（1日生まれの方は、誕生月の1日から）

☆福祉医療費受給資格証の更新手続きについて

現在お持ちの受給資格証の有効期限が7月31日までとなっています。7月上旬に町より申請書を送付しているかたは、更新の手続きにお越しくください。（郵送でも受付いたします。）

●更新場所

役場保険年金課や片岡台出張所

●更新書類

申請書等・保険証・印かん・平成23年度所得証明書（平成23年1月1日現在、本町に在住されていないかたのみ）
まだ福祉医療費助成制度を受けておられないかたで、次の要件にあてはまるかたは手続きにお越しくください。
なお、所得制限をもうけていますので詳しいことは保険年金課までお問い合わせください。

★心身障害者医療費助成制度

六十五歳未満のかたや後期高齢者医療制度の適用者でない六十五歳以上七十五歳未満のかたで身体障害者

手帳一・二級や奈良県発行の療育手帳A（A一やA二）を、持っているかた

★ひとり親家庭等医療費助成制度

ひとり親家庭などの親と十八歳に達する日以後の最初の3月31日まで間にある児童

★乳幼児医療費助成制度

小学校就学前のかた

★重度心身障害老人等医療費助成制度

後期高齢者医療制度の適用者で、身体障害者手帳一・二級や、奈良県発行の療育手帳A（A一やA二）を、持っているかた

☆母子医療費助成制度の対象が父子家庭などに拡大

奈良県ひとり親家庭などの自立を支援するため、8月1日から父子家庭などにも医療費助成制度が適用になります。

それに伴い名称が、母子医療費助成制度からひとり親家庭等医療費助成制度に変更になります。

▼問合せ先 保険年金課

☎ 役場内線126・127番

東日本大震災に 多くの善意

5月28日 被災地に向け町職員第
五陣を派遣
6月10日 4月24日から6月10日
までに集まった義援金
一万一千九百九十八円を送金
☆町に義援金を寄せられた皆さん
・西大和六自治会連絡会
6月10日までの総額
三百三十万九百七十八円
☆社会福祉協議会へ義援金を寄せ
られた皆さん
・片岡台一丁目自治会
6月20日までの総額
二百十八万六千二百四十五円を
中央共同募金へ送金。



▲西大和六自治会連絡会

金富地区に 笹ゆり復活

金富地区の山林で
自生の笹ゆりが花を
咲かせました。
これは笹ゆりの復
活に取り組んでいる
花と緑の会が今から
七年ほど前にまいた種が長い年月をかけて
成長し、今年初めて花を咲かせたものです。
自然の状態で人の手を加えずに花を咲か
せるのは大変珍しく、同会が取り組んでい
る大きな目標への成果が現われたものです。



大賀ハナ子さん

厚生労働大臣表彰



元民生委員・児童委員の大賀ハナ
子さん(服部台在住)が、社会福祉事
業功労者として厚生労働大臣特別表
彰を受賞されました。

大賀さんは平成元年に民生委員・
児童委員に委嘱されて以来、様々な
社会福祉の向上に長年貢献されたこ
とにより、今回の受賞の栄誉となら
れました。

笹ゆり展開催



恒例となりました笹
ゆり展が役場玄関前口
ビーで開かれました。

6月8日から10日ま
で開かれた笹ゆり展に
は、里親が育てた鉢植
のササユリが多数展示
されました。

会場に集められた約
三十個の鉢植からはほ
のかな香が漂い、訪れ
た人々を大いに楽しま
せていました。

MOSAIC PLAZA

知る・募る・語る

KANMAKI

上牧町既存木造住宅 耐震改修補助事業 (耐震改修工事補助)

この事業は、地震に強い安心で安全なまちづくりを目指すために、昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅の「耐震改修工事」を行われる方に対して、費用の一部を補助するものです。

▼対象建物

町内で次の条件をすべて満たすもの
昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅で、在来軸組工法、伝統的工法と枠組み壁工法で建築された木造住宅であって、地階を除く階数が三階以下の住宅五十万円以上の耐震改修工事で耐震診断結果が一・〇未満と診断された住宅を一・〇以上とする

耐震改修工事や、〇・七未満と診断された住宅を〇・七以上とする耐震改修工事

▼対象者

- ・当該住宅の所有者
 - ・税を滞納していないかた。
 - ・工事監理者（一級・二級建築士や木造建築士）を選任できるかた。
- 補助金交付決定後に工事契約し、原則として来年2月中に工事を完了できるかた。

▼補助の内容

補助金の額は、耐震改修工事費に二十三日を乗じて得た額（補助金の額が、二十万円に満たない場合は二十万円）で、五十万円を最高限度額とします。

※耐震改修工事に付随しない模様替えなどの改装費や設備工事費、調査費、耐震診断費、設計費、申請書類などの作成費用、その他直接耐震改修工事の施工以外のものは補助の対象になりません。

▼募集期間 7月29日（金）まで

▼募集件数 三件（先着順）

なお、耐震改修工事の補助を希望されるかたは、まちづくり推進課の窓口にて事前相談後の申請になります。

▼問合せ先

まちづくり推進課
☎役場内線214番

差別をなくす町民集会

7月は差別をなくす強調月間です。人権の大切さやあらゆる人権問題への正しい理解と認識を深めるため、町民集会を開きます。

みなさん、町民集会に参加し、みんなと一緒に考えてみませんか。

▼とき 7月20日（水）午後1時30分から3時30分まで

▼ところ 2000年会館多目的室

▼内容 講演 演題「私たちのくらしと人権」であい、気づき、そしてつながりを〜

講師 高松 秀憲さん

▼問合せ先 福祉課

☎役場内線145番

吉野川マナーアップキャンペーン

吉野川の清流を守るため7月21日から8月31日の間、「吉野川マナーアップキャンペーン」を展開します。

生活用水や農業用水の水源である吉野川の清流は、私たちにとってかけがえのないものです。

この清流を守り、美しい吉野の自然を守るの一人ひとりの心がけと行動です。

空き缶、ビニール袋、バーベキューの残りくずなど、ゴミで川が泣いています。

キャンプ、釣り、ハイキング…。楽しい思い出とともにゴミは必ず持ち帰りましょう。

寺子屋からの募集

ここが塾と異なります

- 一 格安な月謝、定員7人制
- 二 春、夏期講習は無料
- 三 徹底したきめ細かい指導
- 四 二週間の体験学習

脳梗塞を患っている私は生き甲斐として昨春、一人の生徒の指導から始めましたが説明がよく分かるとの評判で今、二中学生バスケットボール部男子の殆ど全員が来ています。

一年生の初期の段階から私の所へ来た生徒は全員能力相応の成績で、三学期や二年生になって他の塾からの転入生は能力とはほど遠いひどい学力です。この差は一体どこから生じるのでしょうか。

生き甲斐としての指導と仕事としての指導では真剣さ熱心さの面で大きな差があつて当然です。マンネリ化は私たちがよく経験することです。

小、中学生の指導には手取り足取りのきめ細かい指導が大切です。

学校や塾では先生は黒板の前に立ち離れて生徒は座ります。これではきめ細かいノートチェックはできません。私は机を片仮名のコに並べその真ん中に座るため個々のノートの確認がその都度可能です。父兄から寺子屋の雰囲気と言われる所以です。

初期の段階から歴史と実績のある塾を捨て個人で無名の私の所を選ばれた四人の父兄はさぞかし勇気のいったことだと思えます。

私のモットーは（月謝はどこよりも低く、学力は能力に応じてどこよりも高くです）学

町民プールオープン

7月18日(月) 海の日から町民プールがオープンします。

プールに入場するには、入場証を受付に掲示してください。

入場証は、今月号の折り込みチラシに印刷されていますので切り取ってご使用ください。

入場証の掲示が出来ない場合は、利用料金が異なりますのでご注意ください。

▼料金

入場証を掲示された方
大人(中学生以上) 百円
小人(小学生) 五十円

入場証の掲示のない方

大人(中学生以上) 三百円
小人(小学生) 二百円

▼利用時間

平日
午前10時から午後4時30分まで。
土・日・祝日
午前9時30分から午後4時30分まで。

▼注意事項

- ・プールサイドでの喫煙・飲食などは絶対にしないでください。
- ・幼児(六歳以下)は、必ず保護者が付き添ってください。
- ・自転車や單車などは、体育館南下の

国民年金保険料の免除制度

国民年金には、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請をして承認されると、保険料の納付が免除される申請免除制度があります。

申請免除制度には、保険料の全額が免除される全額免除と、保険料の一部を納付し、残りの保険料が免除される一部納付があります。一部納付には、四分の一納付、半額納付、四分の三納付の三種類があります。

本人・配偶者・世帯主の前年の所得

が一定額以下の場合に、全額免除または一部納付が承認されます。

また、退職(失業)を理由とした特例免除制度もあります。特例免除は、申請する年度または前年度において退職(失業)の事実がある場合に対象となり、失業された方の所得を除外して免除の審査を行います。

手続きをされる方は、役場保険年金課へ申請してください。

▼問合せ 大和高田年金事務所

☎ 0745-22-3531

上牧町保険年金課

☎ 役場内線128番

駐車場へ止めてください。

危険な行為や他人に迷惑をかけるような行為は、絶対にしないでください。

場内では係員の指示に従ってください。

付き添いのかたも素足で入場してください。

大プールで身長が百二十cm以下の方だけが遊泳される場合は、保護者の同伴が必要です。

以上の事を守って楽しくケガのないように遊泳しましょう。

▼問合せ 社会教育課スポーツ振興係

☎ 78-0118 (月曜日休館)

今夏の平日ピーク時間帯に節電のお願い

7月1日から9月22日までの平日(8月12日から8月16日は除きます)の午前9時から午後8時の間、15%程度の節電のご協力をお願いいたします。ご家庭でも、特に午後1時から4時の重点的な節電をお願いいたします。



習基礎力という言葉があるとなればそれは理解力、暗記力、集中力、持続力、そして注意力です。これらが平均的生徒であればきめ細かい指導で成績が上がるのは当然です。

一年生は五月の中間試験は初めての経験で(こんな筈じゃなかったのに)と残念がつている生徒もいると思いますが四月から始まって習った範囲はごく少いです。すぐ追いつけます。

ぜひ体験学習をお勧めします

中学生

週2回各2時間 英数理社 1万2千円

小学5・6年生

週2回各1時間 算国 5千円
週2回各2時間 英算国 1万円

電話 0745-32-9280 金澤

(広告)

上牧町指定給水装置工事事業者の新規指定

上牧町指定給水装置工事事業者(指定工事事業者)に次の業者を新たに指定しました。

・吉田設備工業

生駒郡三郷町立野北3丁目6番3号

☎ 32-5088

・布家設備工業所

北葛城郡広陵町広瀬1110番地18

☎ 56-4071

▼問合せ 上下水道課

☎ 76-4599

放送大学 10月生募集

放送大学では、今年度第二期（10月入学）の学生を募集しています。
放送大学はテレビなどの放送を利用して授業を行う通信制の大学です。

働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業のかたが学んでいます。
心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

西和消防組合職員 採用試験

西和消防組合では来年度採用予定の職員採用試験を実施します。

採用人員 消防吏員 五名程度
(来年4月採用予定)

▼受検資格

昭和59年4月2日以降に生れたかたで、学校教育法による大学、短期大学や高等学校を卒業したかたか卒業見込のかた。

消防吏員として職務遂行に必要な身体（四肢関節機能を含む）、体力を備えており、次の規準を満たすかた。
身長 男性概ね一六十cm以上。
女性概ね一五五cm以上。

体重 男性概ね五十kg以上。
女性概ね四十五kg以上。

胸囲 男性概ね身長二分の一以上。
視力など矯正視力を含み、両眼で〇・七以上で、一眼でそれぞれ〇・三

・十五歳以上のかたなら、一科目から学習する選科履修生・科目履修生を学べます。

・十八歳以上の大学入学資格をお持ちのかたなら、学力試験はなく、全科履修でき、四年以上在学して百二十四単位以上を修得し、卒業すると学士（教養）の学位を取得できます。資料を無料で差し上げます。

出願期間 8月31日（水）まで。

問合先 放送大学奈良学習センター
0742-2017870

以上であって、強度の色覚異常でないこと。

聴力 左右とも正常であること。
言語が明瞭で十分な発声ができること。
健康で伝染性疾患がないこと。

・日本国籍を有すること。

・地方公務員法第十六条の欠格事項に該当しないこと。

採用後は、原則として当組合管内や近隣市町村に居住できること。

▼試験方法

第一次試験 9月18日（日）午前9時から 教養（筆記）試験・適正検査・体力検査（シャトルランなど）

第二次試験 第一次試験合格者のみ
10月下旬 □述試験

▼受付期間

7月11日（月）から8月12日（金）までの土・日曜日・祝日を除く月から金曜日の午前9時から午後5時まで。

問合先 西和消防組合消防本部 総務課
073-11001

個人情報の運用状況

上牧町では、個人情報保護制度を行っています。平成22年4月1日から平成23年3月31日までの間の運用状況をお知らせします。

問合先 総務課
役場内線 207番

2 個人情報（自己情報）の訂正、削除及び利用等の中止の請求状況並びに不服申立て状況 (単位 件)

訂正請求件数	0
削除請求件数	0
利用等中止請求件数	0
不服申立て件数	0
合 計	0

1 個人情報を取り扱う事務の届出状況及び開示請求等の処理状況 (単位 件)

実施機関	事務届出件数	開示請求件数	処 理 の 状 況				取下げ	目的外利用の状況
			開 示	一部開示	非開示	処理中		
町 長	226	4	1	0	0	3	0	8
議 会	4	0	0	0	0	0	0	0
教育委員会	97	0	0	0	0	0	0	0
選挙管理委員会	10	0	0	0	0	0	0	2
監 査 委 員	1	0	0	0	0	0	0	0
農業委員会	7	0	0	0	0	0	0	0
固定資産評価審査委員会	1	0	0	0	0	0	0	0
水道事業管理者	17	0	0	0	0	0	0	2
上牧町土地開発公社	1	0	0	0	0	0	0	0
合 計	364	4	1	0	0	3	0	12

情報公開の請求状況

上牧町では、情報公開制度を行っています。平成22年4月1日から平成23年3月31日までの間の請求状況をお知らせします。

問合先 総務課
役場内線 207番

2 不服申立ての件数及び処理の状況 (単位 件)

不服申立て件数	処 理 の 状 況					取下げ	審査中
	却 下	棄 却	一部認容	認 容	計		
0	0	0	0	0	0	0	0

1 公文書開示請求の件数及び処理の状況 (単位 件)

実施機関	開示請求件数	処 理 の 状 況					取下げ
		開 示	一部開示	非開示	却 下	処理中	
町 長	16	5	11	0	0	0	0
議 会	14	10	4	0	0	0	0
教育委員会	0	0	0	0	0	0	0
選挙管理委員会	0	0	0	0	0	0	0
監 査 委 員	0	0	0	0	0	0	0
農業委員会	0	0	0	0	0	0	0
固定資産評価審査委員会	0	0	0	0	0	0	0
水道事業管理者	0	0	0	0	0	0	0
上牧町土地開発公社	3	2	1	0	0	0	0
合 計	33	17	16	0	0	0	0

上牧町既存木造住宅耐震診断支援事業

今年3月に発生した東日本大震災での被害の多くは津波によるものですが、平成7年の阪神・淡路大震災では、犠牲者の九割近くが住宅の倒壊によるものでした。

地震から家族と財産を守るには、強い我が家にするのが不可欠で、その第一歩が我が家の健康診断ともいえる「耐震診断」です。

町では、木造住宅の耐震化を促進するため、「耐震診断」を無料で実施しています。この機会に「耐震診断」を受けてみてはいかがでしょうか。

▼事業概要 町から木造住宅耐震診断員を派遣し、無料で耐震診断を実施します。

地デジ臨時相談コーナー

「地デジ移行」まで一か月を切りました。

「地デジ臨時相談コーナー」を役場に設けますのでご利用ください。

▼とき

7月7・14・21・28日(木)

8月4・11・18・25日(木)の

午前10時から正午までと

午後1時から4時30分まで。

▼ところ

役場一階 玄関ロビー

▼問合先

デジサポ奈良
☎0742-9012222

▼事業の対象となる住宅

次のすべてを満たすものが対象となります。

- ・昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- ・延べ床面積が二百五十平方メートル以下のもの。
- ・二階建以下のもの(地階を除く)。

▼受付期間

7月1日(金)から7月29日(金)まで

▼診断予定件数 十件(先着順)

▼申込方法 耐震診断を希望される方は、申請用紙(役場まちづくり推進課に備え付け)に必要事項を記入のうえ、必要書類を添付して役場まちづくり推進課へ申し込んでください。

▼問合先 まちづくり推進課

☎役場内線214番

文化協会作品発表会

上牧町文化協会では、中央公民館展示ギャラリーで作品の発表会を行っています。

☆7月27日(水)まで

・水墨画 幽秀会(展示ギャラリー)

・内田編物クラブ(陳列ケース)

各クラブについてのお問合わせは、中央公民館までご連絡ください。

▼問合先 中央公民館

☎76-3610

上牧町内違反広告物除去ボランティアを募集

電柱やガードレールなどに取りつけられた、はり紙・はり札・立て看板などの違反広告物は、まちの美観を損ねるだけでなく、歩行者の通行の妨げにもなり、取りつけ場所によっては危険を招いたりします。

町では、これまでさまざまな取り組みの中で、違反広告物の除去活動を行ってまいりましたが、町民の皆さんとの協働による景観まちづくりを進めていくため、ボランティアとしてこの活動に参加していただけるかたを募集します。

▼受付期間

7月1日(金)から7月29日(金)まで。

▼要件 年齢二十歳以上の町内在住、在勤のかたで、二名以上の団体、グループ構成が可能なかた。

講習会を受講いただいた方々のみ推進員として活動していただきます。

▼活動範囲

上牧町全域の道路敷地内。

▼ボランティア保険について

登録された団体は、町が加入するボランティア保険に加入することになります。

▼報酬

この制度は、無報酬のボランティア活動です。

▼支給品

登録員任命書、腕章・器具類など。

▼問合先

まちづくり推進課

☎役場内線212・214番

遊休農地の再生・活用への取り組みに参加しませんか

水田や畑などは作物を作るほか、洪水を防いだり、美しい景観をもちり出します。しかし、農家の様々な理由により、耕作されない農地が増加傾向にあります。そこで、町では遊休農地の再生・活用に向けた取り組みを進めています。

☆農地の引き受け手募集

「農業に関心のあるかた」「会社を定年退職したかた」など遊休化した農地を再び耕作出来るよう復元するとともに、農産物などの作付け・収穫する農業サポーターのかたを募集します。(農作業が初めてのかた、農業委員会がサポートします。)

▼主な活動 草刈り、根の除去、耕起、土壌改良など農作物が栽培可能な農地への復元・復元された農地での農作物の栽培・収穫

▼活動期間 一〜五年間

▼応募資格 町内在住で農業に関心のある十八歳以上かた

▼応募方法 所定の登録用紙に必要事項を記載して、役場まちづくり推進課まで持参か郵送で登録してください。登録用紙は役場まちづくり推進課か片岡台出張所に用意しています。また、町のホームページでも登録用紙のダウンロードができます。

▼応募期間 8月31日(水)まで。

▼郵送の場合、当日の消印有効

▼その他 農地周辺には駐車場はありません。

▼問合先 まちづくり推進課

☎役場内線205番

HP <http://www1.ocn.ne.jp/kanmaki>



7月から9月にかけては、熱中症の発生しやすい時期です。熱中症は、屋外やスポーツ中だけに起こるわけではありません。屋内でも、温度、湿度が高い場合に発症することがあります。特に、高齢者や幼児は熱中症にかかりやすい傾向がありますので十分に注意してください。

こんな症状があったら熱中症を疑いましょう

- めまい、立ちくらみ、筋肉痛、大量の発汗
- 頭痛、気分の不快、吐き気、嘔吐、体がだるい
- 意識がない、けいれん、高体温、まっすぐに歩けない

熱中症を疑ったときは緊急事態であることを認識し、重症の場合は救急車を呼ぶことはもちろん、現場では涼しい場所へ避難し、衣服をゆるめ、すぐに体を冷やし始める(氷や冷たい水でぬらしたタオルなどで手、脇の下、足の付け根の部分を冷やしてください)こと、自分で飲めるようであれば水分を飲ませることが必要です。

熱中症は予防が大切です

熱中症は気温などの環境条件だけでなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。

こんなかたは特に注意

- 肥満のかた・体調の悪いかた・持病のあるか

た・高齢者、幼児・暑さに慣れていないかた

高齢になると暑さやのどの渇きを感じにくくなるため脱水症状が起こりやすくなります。また、幼児は体温調節機能が十分発達していません。晴れた日は地面に近いほど気温が高くなるため、幼児は大人以上に暑い環境にいます。バギーの外出も注意が必要です。

熱中症の予防

- 温度計と湿度計を置き、室温が28℃、湿度が70%を越えないように気をつけましょう。
- のどが渇いていなくても、定期的に水分をとりましょう。
- 朝や夕方の涼しい時間帯に外出するようにし、炎天下に外に出ないようにしましょう。外出時には日陰を利用し、日傘・帽子で日よけ対策を。また、水筒を持参して外出することがおすすめです。
- 家の中を閉め切った状態にせず風通しをよくし、熱を逃がしやすい白っぽい色、風通しがよく汗を速く乾かす麻や綿などの素材の涼しい服装で過ごしましょう。
- 体調の変化に気をつけ、こまめに休息をとりましょう。

今年は震災の影響で冷房機器などの節電を考えているかたも多いと思いますが、熱中症にならないよう自己の健康管理にも十分注意しましょう。

● 熱中症の予防について ●

親子の食育教室

夏休みの一日、親子で楽しくお料理を作ってみませんか。

とき 8月1日(月)

ところ 午前10時から午後1時
2000年会館

調理実習室

メニュー

オムライス・コンソメやさいスープ・トマトとうふのサラダ・ぶちぶちフルーツポンチ

対象者

五歳から小学八年生の親子二十名

費用

大人三百円・子ども二百円

持参品 エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具

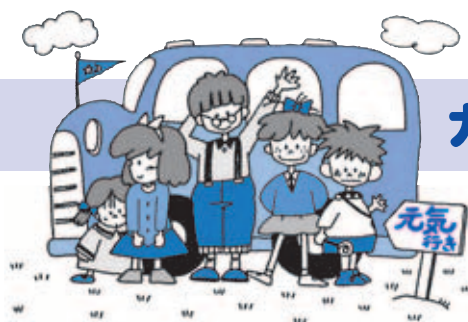
申込方法 7月4日(月)の午前8時30分から電話で生き活き対策まで。

第十九回奈良県高齢者いい歯のコンクール

▼応募資格 七十歳以上で歯の健康なかた(若干の欠損歯・かぶせなど可)、第十六・十八回の最優秀のかたは応募できません

▼応募方法 官製ハガキに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、生年月日、性別、年齢を明記し、〒630-1800 2奈良市二条町二丁目九-二 奈良県歯科医師会「高齢者いい歯のコンクール」係まで。

▼応募期限 9月7日(水)まで



- 問合先：生き生き対策課 ☎79-2020
- ところ：2000年会館内

相談

★乳児相談

と き：7月5日(火)

午後1時30分から3時まで受付
対象者：1歳になるまでの乳児と保護者

内 容：計測、相談(育児・発達・離乳食など)。午後2時から2時30分は交流会を行います。(ふれあい遊び、保健師の話：テーマ「乳歯の手入れ」、保護者の交流)。交流会の時間は、計測を一時中断します。

持参品：母子健康手帳

★幼児相談

と き：7月29日(金)

午前9時から11時までと午後1時30分から3時まで受付
対象者：1歳から就学前までの幼児と保護者

内 容：計測、相談(食事・子育てなど)。

持参品：母子健康手帳

★成人健康相談

と き：7月29日(金)【要予約】

午前9時から11時30分までと
午後1時30分から4時まで受付
糖尿病・高血圧・高脂血症・禁煙・生活習慣を改善したいかなど、何でもお気軽にご相談ください。

★不妊相談

不妊で悩むかたに対して、その健康状況に応じた相談指導や不妊治療に関する情報の提供を奈良県不妊専門相談センターで実施しています。(今年度より面接相談日を変更しています。)

*電話相談

と き：毎週金曜日の午後1時から4時まで(年末年始・祝日・医師会館休館日を除く)

相談員：助産師

相談電話番号：☎0744-22-0311

*面接相談

と き：毎月第2金曜日の午後1時から4時まで(年末年始・祝日・医師会館休館日を除く)
電話相談受付時間帯に事前予約をしてください。

相談員：産婦人科医師

ところ：奈良県医師会館1階相談室

健康診査

対象者には個人通知します。

★乳児(3・10ヵ月児)健康診査

3ヵ月児

と き：7月14日(木) 午後1時から1時30分まで受付

対象者：平成23年3月10日から4月14日生まれ。

10ヵ月児

と き：7月14日(木) 時間は個人通知します

対象者：平成22年8月10日から9月14日生まれ。

★1歳8ヵ月児健康診査

と き：7月13日(水) 午後1時から1時30分まで受付

対象者：平成21年11月9日から12月13日生まれ。

お願い

乳幼児健診時の窓口対応

健診時は予防接種予診票・母子健康手帳などの窓口での発行業務をお待たせすることがあります。

プレイルーム利用日について

平日、午前9時から午後5時まで利用して頂けます。
7月13日(水)・14日(木)の午後は健診などで混み合います。

第四回学術市民講座

▼内容

演題「目が乾く病気ドライアイ」
講師 板橋医院眼科 板橋幹城さん

▼とき

7月28日(木)
午後2時から3時まで。

▼ところ

高田経済会館
北葛城地区医師会会議室

▼定員

申込先着 三十名
北葛城地区医師会

▼問合先

☎23-2431

献血にご協力を

夏場は特に血液が不足がちになりますので、献血にご協力をお願いします。

▼とき

8月10日(水)
午前9時から正午まで。

▼ところ

役場一階ロビー

▼問合先

県歯科医師会館
☎0742-3310861

▼審査と表彰

と き 10月6日(木)

正午から午後4時30分

奈良県歯科医師会館

※8020達成者には認定証が授与され、最優秀賞には後日、知事から賞状が授与されます。

昼食は済ませてから参加してください。

〈消費生活相談室より こんな相談が増えています〉

ウマ〜イ話、身に覚えのない請求にご用心

「貴金属」買い取ります ご注意!

『震災で医療機器が大量に必要なになった。その医療器具を作るための貴金属が足りないの
で、不要な貴金属を売ってほしい』と言って、安価で貴金属を買い取っていく。売ったこ
とを後悔し、業者に連絡をするが、連絡が取れない、もしくはすでに業者の手元にないと
言われる。

①震災に便乗したトークをうのみにしない

医療機器に関して震災直後は一部商品の供給に影響があったようです。現在はある程
度安定した供給が行われており、一般家庭から原材料を集める必要はない状況です。

②買い取ってもらうつもりがないならきっぱりと断る

アダルトサイトの代金請求画面表示が消えない

あわてない!
あわてない!

ゲームサイトを見ていたところ、アダルトサイトに勝手に接続された。
年齢確認を何気なくクリックすると、登録完了という表示とともに請求画面が表示され、
消えない。登録した覚えはない。3日以内に連絡しないと法的手段をとると書いている。

①落ち着いて! 業者に連絡しないで

事業者は、あなたの情報を知りたがっています。事業者連絡をとると、あなたの個
人情報を知られることになるのです。

②申し込み内容の確認画面が表示されていない契約は、成立していません もちろん代金を支払う必要もありません

「この内容で申し込みますか?」というような申し込み内容画面が表示され、内容確認
後、申し込みを承諾して始めて契約は成立します。上記のように、申し込み内容の確認
なく、一方的に送られてきた請求画面は無効です。お金を払う必要はありません。

③画面の消去は下記のホームページを参考にしてください

請求画面が消えない場合は「システムの復元」または「パソコンの初期化」を行う必
要があります。詳しくは独立行政法人情報処理推進機構(IIPA)のホームページ
(<http://www.ipa.go.jp/>)を参照してください。

こんなことにも気をつけて! 近隣で増えている最新相談事例

- ①求人情報で見つけた**店舗調査員に応募**したら、パチンコ店の調査担当員だと言われ、確
実に玉が出る台の情報を提供する、儲けたお金の4割があなたの手元に。**仕事を始める
前に、諸経費を納めてほしい**
- ②**健康食品を販売する**と言われ、頻繁に足を運んだ。顔なじみになり**断り切れずに健康機
器を購入した**
- ③株を売りますという封書が届いた。その数日後別の業者から、先日届いた業者の**株を買
えば、買値より高く買い取ると電話があった** (2011年6月広報に掲載「劇場型勧誘」)

業者とのトラブルは消費生活相談室へ。電話での相談もOKです

てんいち先生



◆上牧町ホームページ◆

・<http://www1.ocn.ne.jp/~kanmaki/>
・Eメール kanmaki@plum.ocn.ne.jp

●図書館休館日：毎週月曜日（月曜日が祝日の場合は翌日）・毎月末日（その日が、休館日にあたる時はその翌日も休館）・年末、年始（12/27～1/5） ☎0745-78-9903

〈第7回〉上牧洋画展

油絵展を3日間、開催いたします。

ご家族、お友達お揃いでご高覧下さいませよう
ご案内申し上げます。会員25名の1年間の成果と、
講師2名の出展も合わせ、約80点を展示致します。

◆会期：7/29(金)、30(土)、31(日)

9時～17時まで（最終日は15時まで）

◆会場：上牧町中央公民館
（虹の湯温泉、手前下）

◆主催：上牧町 絵画クラブ
アトリエ28、サンデーパレット



図書館通信

新刊紹介

ピーターパンによるおはなし
夏のお楽しみ会
日時 7月23日土曜日
午前10時30分から11時30分
場所 上牧町中央公民館 大会議室
（図書館の下です）

●プログラム●

詩に触れよう
エブロンシアター
「おむすびころりん」
大型紙芝居
「めつきらもつきらどおんどん」
手遊び・パネル遊び
大きなおりがみで語るお話「火事」
大型絵巻物「スイミー」
～著者レオ・レオニは今年、
生誕100年感動のお話です～

上牧町立図書館 ピーターパン
0745-78-9903

日本語を味わう名詩入門2 金子みすゞ
金子みすゞ著・あすなろ書房



すぐれた詩人の名詩を味わい、理解を深めるための名詩入門シリーズ。「遊ぼう」「遊ぼう」っていう...。こだまでしょうか。いいえ誰でも。自分だけの感動を得ることができる一冊です。

アゲイン
浜口倫太郎著・ポプラ社



第5回ポプラ社小説大賞特別賞受賞作。ピン芸人の兄と小学校に馴染めない妹が力を合わせて大舞台に挑みます。人と人の絆を楽しく描いた一冊です。

朗朗介護
米沢富美子著・朝日新聞出版



93歳の要介護度5の母を看るのは、72歳の著者とその妹70歳。精神的にも大変な日々だったが、介護する側もされる側も楽しく目標を過ごす。「老老介護」ならぬ「朗朗介護」を綴ったエッセイです。

英会話教室

これからは、
ネイティブによる
英会話教育が必要!!

大人のクラス(金) 2:00～3:00
月謝(月4回) 5,000円 3:00～4:00

子どものクラス(金) 4:20～5:20
月謝(月4回) 4,000円

先生は英国人・米国人・その他

問い合わせ

☎0745-73-3774 奈良西和教会 北葛城郡上牧町片岡台1-22-22

【見学可能】

（広告）

（広告）

各種相談 《ご案内》

●法律相談

☆上牧町主催（偶数月に開催）

担当：弁護士

とき：2・4・6・8・10・12月の第一水曜日

午後1時～4時

ところ：2000年会館

定員：先着申込順6名

内容：各種法律問題全般

申込・問合せ先：

役場秘書課へ電話で申し込んでください

☎76-1001 役場内線298番

☆中南和法律相談センター（奇数月に開催）

担当：弁護士

とき：1・3・5・7・9・11月の第二金曜日

午後1時～4時

ところ：2000年会館

定員：先着申込順6名

内容：各種法律問題全般

申込・問合せ先：

奈良弁護士会へ電話で申し込んでください

☎0742-22-2035（相談日の1週間前の午前9時30分から申込受付。

当日の申し込みは出来ません）

●行政相談

担当：行政相談委員

とき：毎月第二金曜日 午後1時～4時

ところ：2000年会館

内容：役所の仕事について全般

問合せ先：秘書課 ☎役場内線222番

●人権相談

担当：人権擁護委員

とき：毎月第二金曜日 午後1時～4時

ところ：2000年会館

内容：人権問題全般

問合せ先：福祉課 ☎役場内線145番

●納税相談

担当：徴税吏員

とき：毎月第二水曜日 午後1時～3時30分

ところ：役場1階 徴収課

定員：先着申込順5名

内容：町税と介護保険料、後期医療保険料について

申込・問合せ先：

役場徴収課へ事前に電話で申し込んでください。（相談日の1週間前から

申込受付。） ☎役場内線125番

●消費生活相談

担当：消費生活相談員

とき：毎週火曜日 午後1時～5時

毎週木曜日 午前8時30分～午後0時30分

（上記共、祝日は除く）

ところ：役場1階の相談室

内容：消費生活問題全般・多重債務問題

問合せ先：秘書課 ☎役場内線222番

●教育相談

担当：学校指導主事

とき：毎週火曜日 午後1時30分～4時

相談：電話による相談 ☎役場内線119番

内容：教育問題全般

問合せ先：教育総務課 ☎役場内線119番

●スクールカウンセラー教育相談

担当：スクールカウンセラー

内容：教育問題全般

ところ：①上牧中学校

とき：7月8日 午前11時～午後5時

申込先：上牧中学校 ☎76-5479

ところ：②上牧第二中学校

とき：7月1日 午前11時～午後5時

申込先：上牧第二中学校 ☎72-3700

問合せ先：教育総務課 ☎役場内線119番

地域密着型で効率的な広告
お店の広告は広報紙で
月1回、町内全戸配布の広告で商売繁盛

広報 **かんまき**

上牧町役場秘書課 0745-76-1001
掲載料：1枠 1万円／2枠 2万円
（この見本の大きさは1枠です）

見本

広報「かんまき」の広告
広報「かんまき」の紙面に町の財源確保の一環として申し込み順に有料広告を掲載しています。これらについては町が広告主の利用を特別に推奨したり、その内容を保証するものではありませんのでご利用にあたってはご自身の判断をお願いいたします。



町の動き

世帯数	9,715(+21)
男性	11,482(+9)
女性	12,583(+13)
合計	24,065(+22)
	()は前月比

平成23年5月末日現在

*町の木 まき

*町の花 ゆり